

Tapioka perly velké, bílé 400g



Z tapioky připravíte výborný přírodní pudink, kaši pro děti, jako zahušťovadlo, pro bezlepkovou dietu, bezlaktózová dieta, paleo dieta, nízkocholesterolová dieta, veganské a vegetariánské pokrmy.

Číslo zboží: 65,00 Kč

Prodejní cena se slevou

CENA (S DPH): 65,00 Kč

Sleva

[Ask a question about this product](#)

Výrobce [SHALAMAR](#)

Tapioka je škrob získaný z kořene esculenta rostlinných druhů Manioku – Yuca. Tuto prastarou surovinu údajně používali už Mayové. K dostání je ve formě moučky nebo různé velkých slisovaných kuliček. Tapioka je zdravým zdrojem karbohydrátů s nízkým obsahem cholesterolu a bez nezdravých tuků. Tapioka obsahuje vápník, fosfor, draslík a hořčík. Neobsahuje lepek a může být proto součástí bezlepkové diety.

Z tapioky připravíte výborný přírodní pudink, kaši pro děti, ale můžete ji použít i jako zahušťovadlo do polévek, omáček, nebo do krému do různých dezertů a moučníků. Tapioka má velmi příznivé účinky při potížích s trávením.

Použití: bezlepková dieta, bezlaktózová dieta, paleo dieta, nízkocholesterolová dieta, veganské a vegetariánské pokrmy. **Tapiokové perly** se vám budou hodit jako zavádka do polévek, na přípravu kaší i efektních dezertů: **díl perel smíchejte se 6 díly libovolné tekutiny** a uvařte je do měkka tak, aby byly kuličky zcela průhledné.

Tapioka obsahuje vápník, fosfor, draslík a hořčík. Je také dobrým zdrojem železa, kyseliny listové a vitamínu B. Tapioka je poměrně kalorická a velmi rychle a nadlouho vás zasytí.

Tapioka je škrob získaný z kořene esculenta rostlinných druhů Manioku – Yuca. Tuto prastarou surovinu údajně používali už Mayové. K dostání je ve formě moučky nebo různé velkých slisovaných kuliček. Tapioka je zdravým zdrojem karbohydrátů s nízkým obsahem cholesterolu a bez nezdravých tuků. Tapioka obsahuje vápník, fosfor, draslík a hořčík. Neobsahuje lepek a může být proto součástí bezlepkové diety.

Z tapioky připravíte výborný přírodní pudink, kaši pro děti, bubble tea, ale můžete ji použít i jako zahušťovadlo do polévek, omáček, nebo do krému do různých dezertů a moučníků. Tapioka má velmi příznivé účinky při potížích s trávením.

Nutriční údaje:

100g tapioky obsahuje přibližně 350 kalorií. Stejně množství dále obsahuje 88g sacharidů, 0,19g bílkovin, 0,02g tuku, 1mg hořčíku, 1,58mg železa a 0,1mg manganu. Tapioka je také přirozeným zdrojem omega-3 a omega-6 mastných kyselin.

Tapiokový škrob pochází z kořene keřů manioku, který pěstovali už staří Mayové. Samotný název tapioka pochází z jednoho z brazilských domorodých jazyků a označuje vlastně proces, kterým je z kořene škrob získáván. Tapiokový škrob platí za univerzální kuchyňskou přísadu – využívá se k zahuštění omáček, polévek, dušených jídel, ale také při pečení moučníků a přípravě dezertů. Ačkoliv jste o manioku možná ještě neslyšeli, ve skutečnosti se řadí ke stejně významným surovinám jako rýže nebo pšenice a v současné době představuje základní složku potravy pro více než 500 milionů lidí po celém světě. **Tapioka neobsahuje lepek a ani jiné alergeny.** Nenajdete v ní ani **tuk** a snadno trumfne brambory v obsahu **vápníku**. Pokud se zajímáte o zdravou výživu, tapioka by vaší pozornosti neměla určitě uniknout. A jestli trpíte intolerancí lepku či mléka nebo si hlídáte cholesterol, rozhodně byste ji měli alespoň ochutnat.

Skladování: Skladujte v suchu

Země původu: Thajsko

Obsah. 400g